

<「跳繩強身心·建堂頌主恩」同樂日暨創SDG世界紀錄簡介會>

1 同樂日流程及活動簡介

天主教香港教區跳繩同樂日創SDG世界紀錄活動

聯合國全體成員國在2015年通過了17個可持續發展目標(SDGs)，以消除貧窮、減少不平等，並在2030年之前建立更和平及繁榮的社會。SDGs也被稱為全球目標(Global Goals)，呼籲各人採取行動，創造一個可持續發展的世界。隨著世界各國領導人努力兌現2030年的承諾，全球各地的兒童都為自己的生存、健康、接受優質教育、可持續的環境等權利而表達意見，努力捍衛。

2015年9月25日教宗方濟各在聯合國可持續發展特別峰會上發表演講，呼籲採取空前措施改變生活。天主教香港教區響應教宗的呼籲，鼓勵天主教學校積極參與「建堂耀主·百校繩飛」同心齊創Sustainable Development Goals(SDG)世界紀錄活動以推廣可持續發展目標三「確保健康及促進各年齡層之福祉」，提倡跳繩強身心，培育兒童及青年恆常做運動，並推廣至家庭，促進各年齡層也注重健康生活，珍惜生命。

詳情如下：

日期：2024年6月28日(星期五)

同樂日：上午9:00-中午12:00

創世界紀錄活動：上午10:15-10:45

宣佈紀錄及頒發證書：上午10:45-11:15

地點：瑪利諾中學(觀塘安秀道27號)

口號：跳繩強健身心靈，持恆運動身體好

2 創SDG世界紀錄達標要求

2.1 事前準備及宣傳

- ◆ “Catholic Way”面書達500個分享；(已完成)
- ◆ 公教報於5月19日刊登相關活動；(已完成)
- ◆ 各學校將海報及訊息於校網展示；
- ◆ 各校拍攝手持有關健康訊息“Props”的相片，並上傳至有關連結；
- ◆ 預備兩份(晴天及雨天)參與創SDG世界紀錄人士的名單；(請及早準備)
- ◆ SDG活動開始前由周守仁樞機讀出是次創紀錄的背景資料。

2.2 技術要求

- ◆ 請填寫資料表格(Google Form)，以便成立 WhatsApp Group 通訊。

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSebkq8XagplDChkfa2obk5ZQPnqsqn0ot3jHmjXzrTVsEIQ7Q/viewform>



- ◆ 於 iPhone 或 iPad 下載「今日水印相機—時間地點經緯度打卡拍照」APP



請依照是次活動要求，採取統一格式

使用指引文本:

https://drive.google.com/file/d/1wo4aSkhtqhQscJixl4V-7WYt3NcFC6WX/view?usp=drive_link



使用指引影片:

<https://youtu.be/QhoFNi2DTS0>



- ◆ 下載同樂日 Youtube 直播連結

YouTube link : <https://youtube.com/live/6oc9cnKRHmA?feature=share>

後備 YouTube link : <https://youtube.com/live/kCeH0l2ayNo>



直播 LINK



後備 LINK

- ◆ 下載 Zoom 直播連結

Zoom 登入連結 :

<https://us02web.zoom.us/j/83444054247?pwd=cZvaUF3dXJ4cFNzTS9OZWZTWnJ5Zz09>



- ◆ 登入 ZOOM 後，請各校根據以下連結的學校 SDG 編號及名稱，作為 ZOOM 的登入名稱。(如: 077 油蔴地天主教小學 (海泓道))

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1aSw3VZt3WVT1eEctPzwqvDkvnEdDQZnW/edit?usp=drive_link&ouid=109069417268434896140&rtpof=true&sd=true



- ◆ 登入時間：當天上午 8:45-9:00 必須登入及按「學校 SDG 編號及名稱」命名

2.3 必須注意的重點

- ◆ 我們在 6 月 20 日下午 3:30-4:30 會進行 Zoom 測試，當天請各校負責人按 Zoom 連結登入進行測試；
- ◆ 典禮完後，主場地嘉賓到達籃球場齊集時便開始錄影(屆時會有 Whatsapp 提示)，錄影及 Zoom 的拍攝宜固定位置，不需 Pan & Zoom；另外，Zoom 的畫面中，要顯示學校的名稱。(例如:學生手持印有學校名稱的道具或使用背景板)；
- ◆ 錄影畫面必須使用「今日水印相機」app 進行拍攝，畫面內須顯示校名、日期及時間；
- ◆ 依現場直播主場地發號司令「齊創 SDG 世界紀錄正式開始，3->2->1！」，副場地聽到「3->2->1」便同步做運動；
- ◆ 正副場地需預先放好用作攝錄的 iPad 或 iPhone (每個活動場地至少放兩部) 並於收到 Whatsapp 提示時可以錄影。
- ◆ 無論是 Zoom 直播或「今日水印相機」APP 攝錄也要留意有充足電量及記憶體。
- ◆ 如學校安排多於一個場地同步跳繩，選最多人的一個場地 Zoom 便可，但需安排「今日水印相機—時間地點經緯度打卡拍照」APP 攝錄每個跳繩場地的活動過程；請於活動前一天做測試；
- ◆ 當主場地司儀說出「感謝各校的努力，我們共創 SDG 世界紀錄活動終於順利完成了！」後，各副場地可於約 2 分鐘後停止 Zoom 及攝錄。

2.4 SDG 世界紀錄活動前準備及跟進工作

- ◆ 主場地及各參與學校校長以信函形式列出參與創世界紀錄人士的名單，信函須使用有 Letter Head 的學校信紙，由校長簽署並蓋上學校印鑑以證明各校人數。
- ◆ 參與者可自由選擇是否購買創 SDG 世界紀錄證書，證書售價\$80，學校需要統計購買者的名單，並以 EXCEL 表形式遞交。請學校收集有關費用後，以一張支票形式(抬頭:「香港天主教教區」)，寄香港半山堅道 16 號 13 樓教區總務處收，封面寫: SDG 世界紀錄證書

3 遞交檔案安排

建議各校用 SDG 編號+校名來作為文件名稱

校名及 SDG 編號請參考：



https://docs.google.com/spreadsheets/d/1aSw3VZt3WVT1eEctPzwqvDkvnEdDQZnW/edit?usp=drive_link&ouid=109069417268434896140&rtpof=true&sd=true

項目	內容	上載日期	檔案名稱及遞交連結	檔案格式
1	<p>宣傳照片</p> <p>6 個不同 Props 照片</p> <p>照片例子</p> 	<p>21/6/2024-25/6/2024</p> <p>請勿提早上載</p>	<p>SDG 編號_校名_1.jpg、SDG 編號_校名_2.jpg.....</p> <p>(例：077_油蔴地天主教小學(海泓道)_1.jpg)</p> <p>請勿使用校名簡稱</p> <p>連結</p> 	jpg
2	<p>影片</p> <p>影片必須使用「今日水印相機」APP，以 iPad/iPhone 拍攝，能清楚顯示校名、地點、時間及日期資訊。</p> <p>拍攝時間必須為 28/6 活動當日情況，建議時長為 30 分鐘，當中不可有剪接及後期處理。</p> <p>請學校揀選一個影片檔上載，影片內容可包括熱身、跳繩活動及冷卻運動。</p>	<p>28/6/2024-30/6/2024</p>	<p>SDG 編號_校名.mp4</p> <p>(例：077_油蔴地天主教小學(海泓道).mp4)</p> <p>請勿使用校名簡稱</p> <p>連結</p> 	mp4

	項目	內容	上載日期	檔案名稱及遞交連結	檔案格式
3	信件	<p>由校長簽署並蓋上印鑑的證明人數信件</p> <p>樣本連結</p>  <p>WORD 版連結</p> 	28/6/2024-30/6/2024	<p>SDG 編號_校名.pdf (例：077_油蔴地天主教小學(海泓道).pdf)</p> <p>請勿使用校名簡稱</p> <p>連結</p> 	pdf
4	訂購表格	<p>訂購 SDG 世界紀錄證書</p> <p>範本連結</p> 	28/6/2024-30/6/2024	<p>SDG 編號_校名.xlsx (例：077_油蔴地天主教小學(海泓道).xlsx)</p> <p>請勿使用校名簡稱</p> <p>連結</p> 	xlsx

4. 提供各校使用的資料：請於 6 月 5 日(三)之前把以下訊息、圖片及 poster 放在校網。

https://docs.google.com/document/d/15QJ2w6LxdPcaef-RHnvx3beLZAWVMmnexv7tPMgma44/edit?usp=drive_link



訊息 [樣本連結](#)

網頁樣式參考：https://www.ycps.edu.hk/tc/news_detail.php?wid=&id=1527&cid=1



訊息、圖片及 poster 資料下載位置

https://drive.google.com/drive/folders/1WFhdcRR3FW40Ki6s_wUNRNKxxxSvth0